

### 歯周病検診

歯周病検診は5歳刻みの節目年齢の方に実施しています。歯周病予防や早期発見・早期治療のために、ぜひこの機会に受診されることをお勧めします。

※対象の方(10月1日～4月1日生まれ)には、9月末頃歯周病検診のご案内と検診票を郵送しました。令和5年2月末までに受診してください。  
 ※4月末頃に案内が届いた方(4月2日～9月30日生まれ)の内、9月末までに受診ができなかった方は、同様に令和5年2月末までに受診することが可能です。

### 骨(コツ)・骨(コツ)・骨(ほね)・骨(ほね) 講座

骨密度が低下すると骨がスカスカになり、ちょっと転んだだけでも、骨折を引き起こす恐れがあります。

骨粗しょう症予防のために、病気の基礎知識や運動・食事などの注意点について、一緒に学んでいきましょう!

今年は骨を支える「筋肉」について、体組成計を使って変化をみていきます。参加をご希望の方は、11月10日(木)までにお申し込みください。

日 時	場 所	内 容
11月24日(木) 午後1時30分～午後3時	坂祝町保健センター	保健講座「骨・基礎知識」・体組成計測定
12月8日(木) 午前9時30分～正午	中央公民館調理室	栄養講座(調理実習)「骨を丈夫にする食事」
1月18日(水) 午後1時30分～午後3時	坂祝町保健センター	運動講座(実技)
2月16日(木) 午前10時～午前11時30分	坂祝町保健センター	運動講座(実技)

### 体組成計を活用した健康相談会

10月から保健センターで、体組成計の測定と保健師・管理栄養士による健康相談を始めます。ご希望の方は、お申し込みください。

□毎月第4月曜日、午後2時～午後4時

(10月24日、11月28日、12月26日、令和5年1月23日、2月27日、3月27日)

業務用マルチ周波数体組成計により、筋肉量や脂肪量を部位別に分析した値等がわかります。今の状態はもちろん、継続して測定していくことで運動や食生活改善の取り組みの効果をみる事ができます。ぜひ活用ください。

### 10・11月休日診療のお知らせ(医科・歯科)

救急・急病以外は通常の診療時間内に医療機関を受診くださるようご協力お願いします。

※途中休憩がありますので、各医療機関に電話でご確認のうえお出かけください。

※都合により変更する場合がありますので、最新の情報を加茂医師会ホームページにて確認してください。

日 程	【医科】 診療時間 午前9時～午後5時(受付時間は午後4時30分まで)	【歯科】 診療受付時間 午前9時～午後1時
10月16日(日)	みのかも西クリニック TEL:28-5310	みやもと歯科 TEL:24-7070
10月23日(日)	太田メディカルクリニック TEL:26-2220	ヒロ歯科医院 TEL:25-2097
10月30日(日)	中部国際医療センター(診察室) TEL:66-1100	あまいけファミリー歯科 TEL:49-6480
11月3日(木)	小林クリニック TEL:25-8077	アスナロ歯科クリニック TEL:28-0050
11月6日(日)	日江井外科 TEL:25-2624	渡辺歯科医院 TEL:25-2716
11月13日(日)	中部国際医療センター TEL:66-1100	カモ歯科クリニック TEL:24-4181
11月20日(日)	太田メディカルクリニック TEL:26-2220	ファミリー歯科 TEL:25-0055
11月23日(水)	さぐち内科 TEL:27-7314	おおともデンタルクリニック TEL:28-0418
11月27日(日)	林クリニック TEL:28-8899	井村歯科医院 TEL:53-5715

【発熱等の症状がある場合の相談・受診方法】発熱等の症状がある場合は、かかりつけ医等の身近な医療機関に電話相談してください。かかりつけ医を持たない場合や、相談先に迷う場合等は、保健所に設置されている「受診・相談センター」に相談してください。

〈受診・相談センター〉可茂保健所 ☎25-3111(内線358) 平日午前9時～午後5時  
 (平日午後5時～翌午前9時、土日祝日は休日 夜間窓口 ☎058(272)8860)

24時間365日対応の電話相談(みのかも健康ほっとダイヤル)では、坂祝町の皆様が体の健康や子育てなどについて気軽に相談できるよう、医師・保健師・看護師が対応しています。

相談内容:健康・医療・育児・介護・認知症・医療機関情報等の提供など 通話料無料 ☎0120-238-007